



KR 200,-
PR. PERS
KR 150,-
U/DESSERT

SPORTSMENYER

MENY 1

- Forrett** Minestrone-suppe med brød og smør (G (hvete), L, E)
- Hovedrett** Grillet laks med byggryn, erter, brokkoli og bønner. Curryvinaigrette og koriander-chiliyghurt (F, G (hvete), Su, L (melk))
- Dessert** Hjemmelaget granola med epler, honning og råkrem G (hvete), L (melk)

MENY 2

- Forrett** Garganelli med spekeskinke, sopp, urter, rucola og økologisk rømme (G (hvete), L, E)
- Hovedrett** Langtidsbakt lår av landkylling med bakte rotfrukter, spinat, villrismix og sitronaioli (G (hvete), L, E)
- Dessert** Kokosterte med ananassalat og limesorbet (E)

MENY 3

- Forrett** Potet-purreløkkrem med hjemmerøkt laks, salat, rugsmuler og vinaigrette (L (melk), G (hvete), Sn)
- Hovedrett** Braisert lammeskank med potetpuré, rotgrønnsaker og sjø (Sl, L (melk))
- Dessert** Pekanpai med salt karamell og vaniljeis (N (pekannøtter), L (melk), E)

Allergener:

G=Gluten L=Laktose E=Egg S=Skaldyr F=Fisk P=Peanøtter N=Nøtter So=Soya Sl=Selleri
Sn=Sennep Se=Sesam Su=Sulfitter Lu=Lupiner B=Bløtdyr



SPORTSMENYER

SALATBUFFET:

Salat, bønner, grønne bønner, paprika, reddiker, mais, sukkererter, ost, syltet sopp,
Nyr med ramsløk, rømmedressing, vinaigrette, mandler

L (melk), Sn, SI, N (mandler)

Pastasalat med kylling, oliven, urter, tomater og bladspinat (olje/sennepbasert)

E, G, Sn

Quinoasalat med syltet rødløk/fennikel/gresskar toppet med ruccola

Su

Byggrynssalat med curryyoghurt, reker, ananas og koriander

S, L (melk)

Ovnsbakt laks (5 oppskrifter)

F

Slow roasted svinenakke

So, Se

5 typer grønnsaker

Ris + 2 typer potet

1 fiskesaus, 1 kjøttsaus og 1 kald

Kokospai, granola med epler og yoghurt, fruktsalat og sjokolademousse

G (melk), L, N (hassel, mandel, walnøtter)

BUFFET
KR 250,-

Allergener:

G=Gluten L=Laktose E=Egg S=Skaldyr F=Fisk P=Peanøtter N=Nøtter So=Soya SI=Selleri

Sn=Sennep Se=Sesam Su=Sulfitter Lu=Lupiner B=Bløtdyr